

## 啟動戒菸、戒檳良機

成大醫院發表的研究指出，吸菸者中約有一半想戒菸，但真正付諸行動者少，即使開始戒菸，能熬過第一周就已是個挑戰，因為戒菸動機及成功與否，和尼古丁成癮度有高度相關，尼古丁戒斷有藥物可以輔助，接受完善的戒菸療程是遠離菸害的有效方法。

成大醫院家庭醫學部醫師陳全裕表示，病人就醫是啟動戒菸服務的好時機，尤其是住院，藉由醫護人員鼓勵，病人接受醫護建議，開啟戒菸行動，進而接受完善戒菸服務，能有效提升戒菸成功率。

國軍人員年度體檢透過健康諮詢，提前為每位國軍官兵健康把關，免於身受病痛折磨時才啟動菸、檳戒治行動。現行戒菸門診之二代戒菸服務，符合條件之吸菸民眾每年可接受 2 次戒菸療程，每一療程可使用 8 周藥物，接受戒菸輔助用藥服務，不分對象皆免收戒菸輔助用藥部分負擔費用。



國軍菸害暨檳榔防制服務中心  
免付費專線  
0800-580-791 (我幫您去戒菸)